FACTSHEET

HORTICULTURE

ORDER NO. 98-033

AUGUST 1998

AGDEX 259

Ontario Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs

# ASIAN VEGETABLES GROWN IN ONTARIO

**Jim Chaput**

## INTRODUCTION

In the past two decades a wide range of new vegetable crops traditionally associated with Asian countries have been grown and marketed in Ontario. This is a reflection of the cultural and demographic changes seen in many of Ontario's urban and rural communities. These vegetable crops have a wide range of uses and come from several plant families including cucurbits (related to cucumbers, squash and melons), cole crops (related to cabbage, broccoli and radish), legumes (related to beans and peas) and several others. In addition the crops grown reflect a range of Asian cultures including Chinese, Vietnamese, Korean and Japanese. This range in cultural heritage and the languages associated with it leads to a confusing nomenclature here in North America. The first step is to recognize that the Latin name of the plant is the only common denominator, however there are large differences in how the crop is identified in each of the following languages: Cantonese Chinese, Mandarin Chinese, Vietnamese, Korean and Japanese. In addition other Asian countries such as Thailand, India, Cambodia and Indonesia also have unique languages which identify such crops.

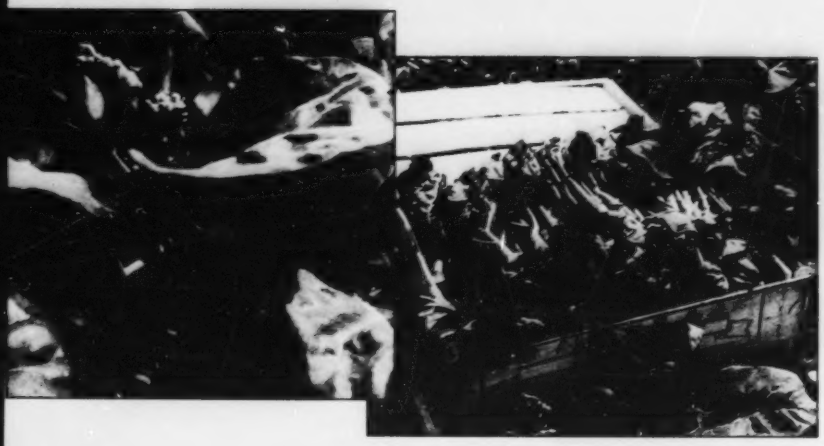
This factsheet is designed to help clarify and identify the various vegetable crops presently grown in southern Ontario on a significant scale. The acreage of many of these crops is unclear on an annual basis, however it is estimated that the total acreage of Asian vegetables grown in Ontario exceeds 3000 acres. In some agricultural regions near metropolitan centers, the acreage of these types of crops has increased on an annual basis.

For crop management information for these crops, consult the Ontario Vegetable Production Recommendations, OMAFRA publication 363, where an updated management section for specialty crops is provided. The publication "Integrated Pest Management for Crucifers in Ontario", Order No. 701, also has a section devoted to pest management concerns for Asian vegetables in the "Crucifer" group.

The Asian vegetable crops are a diverse group and cannot be classified easily. Many are grown intensively in small fields that are planted in rapid succession and harvested daily throughout the growing season (yow choy, snow pea shoots, gai lan, amaranth, choy sum, Chrysanthemum greens, etc.). Others require most of Ontario's growing season to mature before they are ready for harvest (radish, headed cabbages, melons, etc.). Some of the crops which require warmth are grown on plastic, under floating row covers or in greenhouses (fuzzy squash, bitter melon, water spinach). Most of the crops are marketed directly in Ontario, however some larger growers do export some types of vegetables such as Asian radish and Chinese cabbage to the USA. As with Ontario's traditional vegetable crops, there are many uses for the Asian vegetables ranging from uses in fresh salads, boiled vegetables, stir-fried dishes and pickled vegetables as well as herbal and flavouring uses. The following table summarizes the most common Asian vegetables grown in Ontario, their Latin name and the name, if known or familiar to the culture, in Cantonese Chinese, Mandarin Chinese, Korean, Japanese and Vietnamese. A representative photo of each vegetable crop as it has been seen growing in Ontario is provided. It should be noted however, like many other vegetable crops, varieties change regularly and the market demands may also dictate changes in taste, colour, texture and size. A note about pronunciation in Chinese; the word "cai" is seen often in the Mandarin spelling. This word is pronounced "tsai" in English and means "vegetable". In Cantonese the word "choy" means leafy vegetable. In Vietnamese the word "rau" means vegetable.

There are many other crops grown by growers for this particular market, however many are familiar to North American consumers. This includes crops such as coriander, eggplant, ginseng, giant garlic, an assortment of beans, peppers and several types of melons and squash.

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| English | **Edible amaranth** | **Bitter melon** | **Edible burdock** |
| Latin | *Amaranthus mangostanus*<br>*A. gangeticus* | *Momordica charantia* | *Arctium lappa* |
| Chinese<br>CC - Cantonese<br>MC - Mandarin | (CC) Hinn choy<br>(MC) Xian cai<br>莧菜 | (CC) Fu gua<br>(MC) Ku gua<br>苦瓜 | (CC) Ngao pong<br>(MC) Niu pang<br>牛蒡 |
| Japanese | Hi yu na<br>ヒユ菜 | Nigauri<br>苦瓜（にがうり） | Gobo<br>ゴボウ |
| Vietnamese | Rau dền đỏ | Mướp đáng, khổ qua | |
| Korean | Chambirum<br>참비름 | Ssunoi<br>쓴오이 | Uang<br>우엉 |
| Notes of Interest | Used like spinach in salads or as a cooked vegetable.<br><br>Common crop production problems include tarnished plant bug, fungus stem and leaf blight and weed control. | Used dried as an herbal medicine and fresh in cooked and stir-fried dishes. Do not eat seeds. Can also be pickled.<br><br>Common crop production problems include cucumber beetles and powdery mildew. | Usually cooked in small pieces or pickled. Very distinctive flavour. It als has medicinal uses. |



## Chinese broccoli/kale

*Brassica alboglabra*

(CC) Gai lan
(MC) Jie lan

芥蓝

Kailaan

芥藍（かいらん）

Cải rổ

Used in stir fried and other cooked dishes.

Common crop production problems include cabbage maggot, flea beetles, downy mildew and nutrient deficiencies.

## Chinese chives

*Allium tuberosum*

(CC) Gow choy
(MC) Jiu cai

韭菜

Nira

ニラ

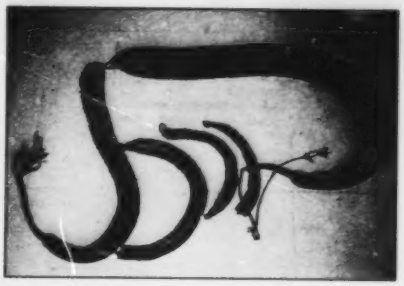
Hẹ

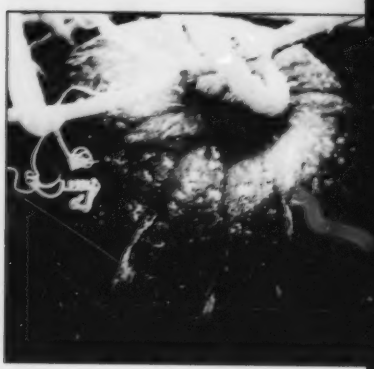
Buchu

부추

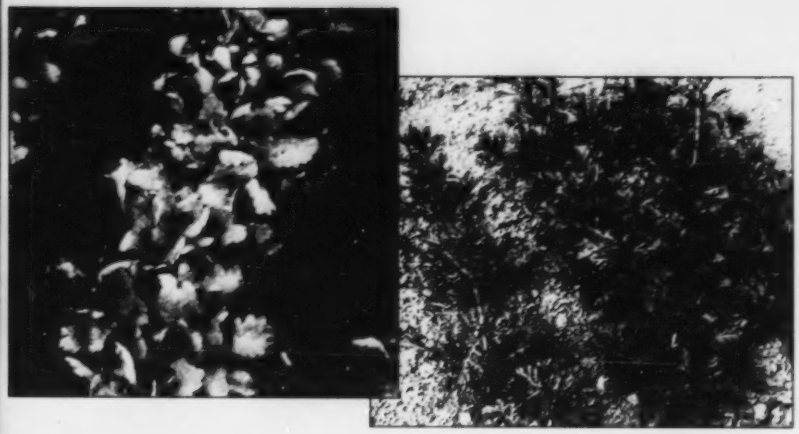
Leaves are used like traditional chives. Flowers are also edible and both have a garlic flavour. Also used in herbal medicines.

Common crop production problems include onion maggot, onion thrips and downy mildew.





| | | | |
|---|---|---|---|
| English | **Chinese okra** | **Big leaf mustard** | **Chinese squash** |
| Latin | *Luffa acutangula*<br>*Luffa cylindrica* | *Brassica juncea* var. *involutus*, var. *foliosa* | *Cucurbita moschata*,<br>*Cucurbita maxima* |
| Chinese<br>CC - Cantonese<br>MC - Mandarin | (CC) Si gua<br><br>絲瓜 | (CC) Dai gai choy<br>(MC) Da jie cai<br><br>大芥菜 | (CC) Nam gua<br>(MC) Nan gua<br><br>南瓜 |
| Japanese | Hechima<br><br>へちま | Karashina<br><br>カラシ菜 | Kabocha<br><br>カボチャ |
| Vietnamese | Mướp khía, mướp hương | Cải xanh | Bí rợ |
| Korean | | Gat<br><br>갓 | Ho bak<br><br>호박 |
| Notes of Interest | ***Not a true okra***; belongs to the cucurbit family but has similar appearance to okra. Edible when immature and can be used like zucchini in a range of fresh, cooked and pickled dishes. Mature fruits can be used as a sponge. | See red and green mustards | Used similarly to traditional squash.<br><br>Common crop production problems include squash vine borer, cucumber beetles, squash bugs and powdery mildew. |



## Chrysanthemum greens

*Chrysanthemum coronarium*

(CC) Tong ho choy
(MC) Tong hao cai

茼蒿菜

Shungiku

春菊

Tần ô, cải cùi

Ssukgat

쑥갓

Used as an herbal medicine and as a cooked vegetable combined with other vegetables and in various stir-fried dishes. Flower petals can be eaten also, either dipped in Japanese saki or pickled.

## Flat flowering Chinese leaf cabbage

*Brassica campestris*
*Chinensis* group var. *utilis*

(CC) Nai yow choy

奶油菜

Grows in rosette with crinkly green leaves. May also be called baby choy sum. Uses and crop production concerns similar to choy sum and yow choy.

| | | |
|---|---|---|
| English | **Flowering edible rape** | **Flowering Chinese leaf cabbage** |
| Latin | *Brassica chinensis* var. *oleifera* | *Brassica campestris* *Chinensis* group var. *utilis* |
| Chinese<br>CC - Cantonese<br>MC - Mandarin | (CC) Yow choy<br>(MC) You cai<br>油菜 | (CC) Choy sum<br>(MC) Cai xin<br>菜心 |
| Japanese | Aburana<br>アブラ菜 | |
| Vietnamese | Cải ngọt | Cải ngọt non |
| Korean | Yuchaeip<br>유채잎 | |
| Notes of Interest | Uses the same as bok choy and choy sum. Glossier green colour and more upright than choy sum. | Often referred to as "baby bok choy". Similar uses and production problems as bok choy. |

## Shanghai pak choy

*Brassica campestris*
*Chinensis* group var. *utilis*

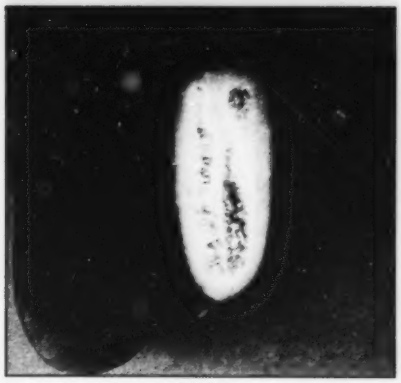
(CC) Shanghai choy sum

上海菜心

Chingensai

チンゲン菜

Olive green versions of bok choy, pak choy, or choy sum are referred to as "Shanghai" types by growers.



## Fuzzy squash

*Benincasa hispida* var. *chieh-qua*

(CC) Tsit gua
(MC) Mao gua, Jie gua

節瓜

Tohgan

冬瓜（とうがん）

Bí chanh

Ho bak

호박

Called fuzzy squash when harvested immature but called winter melon if left to mature. Cooked in soups or pickled.

Common crop production problems are similar to other cucurbits grown in Ontario.

## Malabar spinach

*Basella alba, B. rubra*

(CC) Lo kwai
(MC) Zi luo kui, Lu luo kui

落葵

Tsuru-murasaki

ツルムラサキ

Mồng tơi

Used in fresh and cooked dishes similarly to traditional spinach. Red and green varieties exist. Mucilaginous quality makes it good as a thickener in soups and stews.

Common crop production problems include tarnished plant bug.

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| English | **Nappa cabbage/celery cabbage** | **Potherb mustard** | **Purple mint/beefsteak plant** |
| Latin | *Brassica campestris* *Pekinensis* group var. *cephalata* | *Brassica juncea* var. *japonica* | *Perilla frutescens*, *P. crispa* |
| Chinese CC - Cantonese MC - Mandarin | (CC) Siew choy, won bok<br>(MC) Da bai cai, Huan ya bai<br>紹菜, 大白菜 | (MC) Shui cai<br>雪菜 | (MC) Zi su<br>紫蘇 |
| Japanese | Hakusai<br>白菜 | Kyona, Mizuna<br>京菜、ミズナ | Shiso<br>シソ |
| Vietnamese | Cải bắc thảo, cải dài | | Tía tô |
| Korean | Baechu<br>배추 | | Dulketip<br>들깻잎 |
| Notes of Interest | Oblong, headed type called "Nappa"; elongated, cylindrical types referred to as "Michihili" types. Used in salads, cole slaw, cooked and pickled dishes.<br><br>Common crop production problems include cabbage maggot, flea beetles, clubroot, slugs, diamondback moth larvae, Alternaria spot, downy mildew, soft rot, virus diseases and nutrient deficiencies. | Used in salads, soups, steamed and stir-fried dishes as well as in pickled preparations.<br><br>Common crop production problems include flea beetles and cabbage maggot. | Aromatic and distinctive herb used in salads and cooked dishes. Sprouts use as flavouring and as a garnish. |

## Asian radish

*Raphanus sativum*

(CC) Lo bok
(MC) Luo bu

蘿蔔

Daikon

大根

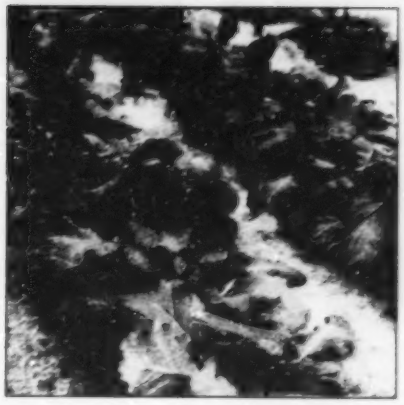
Củ cải

Moo

무우

Many shapes, sizes and colours grown. Usually cooked or pickled (Japanese takuan, tsukemono and Korean kimchi) but can also be used in salads. Foliage also makes a good edible green and is used in soups.

Common crop production problems include cabbage maggot, flea beetles, virus diseases, soft rot and Alternaria spot.



## Red and Green Mustards

*Brassica juncea* var. *rugosa*, var. *crispifolia*

(CC) Gai choy
(MC) Jie cai

芥菜

Karashina

カラシ菜

Cải xanh

Gat

갓

Several varieties are found in this group. A wide range of uses in salads, boiled, steamed and stir-fried dishe. Can also be pickled.

Common crop production problems include flea beetles, cabbage maggot, clubroot, virus diseases and nutrient deficiencies.

## Snow peas/snow pea shoots

*Pisum sativum* var. *macrocarpon*

(CC) Peas: Ho lan dow
Shoots: Dow miu
(MC) Peas: He lan do
Shoots: Dou miao

荷蘭豆
豆苗

Saya endo, tohbyo

サヤエンドウ／豆苗

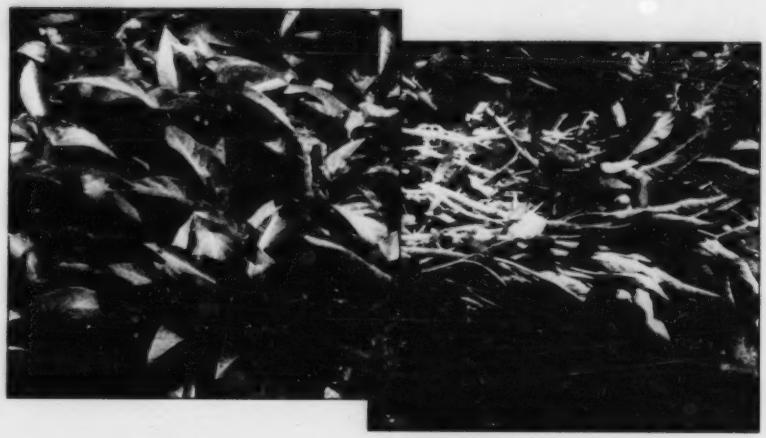
Đậu Hoà- lan

Peas: Wandokong
Shoots: Wandusaan

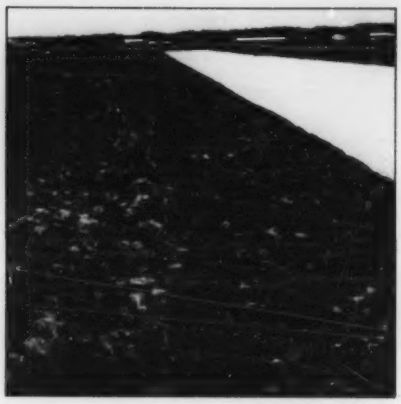
피-즈: 완두콩
슛-츠: 완두싼

Used in a variety of steamed and stir-fried dishes.

Common crop production problems include weed control and root rot.



| | | |
|---|---|---|
| English | **Water spinach** | **Thick petiole white Chinese leaf cabbage** |
| Latin | *Ipomoea aquatica* | *Brassica campestris* *Chinensis* group var. *communis* |
| Chinese CC - Cantonese MC - Mandarin | (CC) Tung choy<br>(MC) Kongxin cai | (CC) Bok choy<br>(MC) Bai cai |
| | 通菜, 空心菜 | 白菜 |
| Japanese | Kankon, Asagaona, Ensai | Shakushina |
| | カンコン、アサガオ菜、エンサイ | シャクシ菜 |
| Vietnamese | Rau muống | Cải thìa, cải bẹ trắng |
| Korean | Kongshimchae | Bok choy |
| | 콩심채 | 벅 쵸이 |
| Notes of Interest | Hollow stemmed green used in cooked and stir-fried dishes. Often grown in summer greenhouses and under floating row covers in the field.<br><br>Common crop production problems include tarnished plant bug, grasshoppers, thrips, spider mites, aphids, fungal leaf blight and edema. | Entire plant can be used in stir-fried, steamed dishes, soups and salads.<br><br>Common crop production problems include flea beetles, soft rot, downy mildew, white leaf spot, virus diseases and clubroot. |



**Thin petiole white Chinese leaf cabbage**

*Brassica campestris*
*Chinensis* group var. *communis*

(CC) Pak choy
(MC) Xiao bai cai

小白菜

Shakushina; Chingensai (if green stemmed)

シャクシ菜

Cải thìa; cải trắng con

Pak choy

팍 쵸이

See bok choy

Typical field view of yow choy (middle) , Shanghai choy sum (left) and tung choy (right, under cover).

Cool season types (Brassicas, radishes, peas) are grown in Ontario from mid-April until mid-October. Warm season types (Cucurbits, water spinach, amaranths) are grown from mid-May until mid-September outdoors.

油菜, 上海菜心, 通菜

**USEFUL REFERENCES:**

*Oriental Vegetables* by Joy Larkcom, 1991, published by John Murray Publishers Ltd., London, UK ISBN 0-7195-5597-3

*Specialty and Minor Crops Handbook*, 1998, by Small Farm Center, Univ. of Calif., Davis, Calif., USA ISBN 1-879906-38-4

*The Market Compendium of Asian Vegetables*, 1995, by RIRDC, Kingston, Australia ISBN 0-642-20504-3

*Grow your own Chinese vegetables*, 1978, by Jeri Herrington, Macmillan Publ. Co., New York, USA ISBN 0-02-458430-3

*Diseases, pests and abiotic problems associated with oriental cruciferous vegetables in southern Ontario, in 1993-1994*, 1998, by R. Cerkauskas, L. Stobbs, T. Lowery, L. Van Driel, W. Liu & J. VanSchagen. Can. Journal of Plant Pathology.

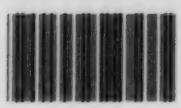
*Chinese cabbage production in southern Ontario*, 1986 by V. Shattuck and B. Shelp, OMAFRA Factsheet, Order No. 86-090.

**ACKNOWLEDGMENTS:**

This Factsheet was written by **Jim Chaput**, a Vegetable IPM specialist, Agriculture and Rural Division, OMAFRA, Guelph.

Special thanks is extended to the following individuals for assistance and for review of this factsheet. Dr. Ray Cerkauskas, AAFC, Harrow; Dr. Sam Wang, HRIO, Vineland; Mr. Spencer Chan, grower, Bradford.

**POD**
ISSN 1198-712X
Également disponible en français
(commande n° 98-034)



FICHE TECHNIQUE
HORTICULTURE

COMMANDE N$^{O}$ 98-034
AOÛT 1998
AGDEX 259

Ontario
Ministère de l' Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales

# LÉGUMES ASIATIQUES CULTIVÉS EN ONTARIO

**Jim Chaput**

## INTRODUCTION

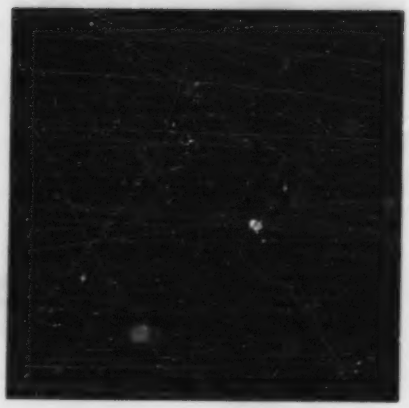
Au cours des vingt dernières années, un large éventail de cultures légumières traditionnellement associées aux pays asiatiques ont commencé à être cultivées et commercialisées en Ontario. Ces nouvelles cultures reflètent l'évolution culturelle et démographique observée dans maintes collectivités urbaines et rurales de l'Ontario. Elles se prêtent à une foule d'utilisations et appartiennent à plusieurs familles de végétaux, dont les cucurbitacées (famille du concombre, de la courge et du melon), les crucifères (famille du chou, du brocoli et du radis), les légumineuses (famille du haricot et du pois), pour n'en nommer que quelques-unes. De plus, ces plantes sont associées à une diversité de cultures asiatiques, notamment les cultures chinoise, vietnamienne, coréenne et japonaise. L'éventail d'héritages culturels et de langues sous-jacent explique la confusion qui existe au niveau de la nomenclature en Amérique du Nord. Devant les différentes appellations données en chinois cantonais, en chinois mandarin, en vietnamien, en coréen et en japonais, sans oublier les langues parlées dans des pays comme la Thaïlande, l'Inde, le Cambodge et l'Indonésie, la première chose à faire est de considérer le nom latin de la plante comme le dénominateur commun.

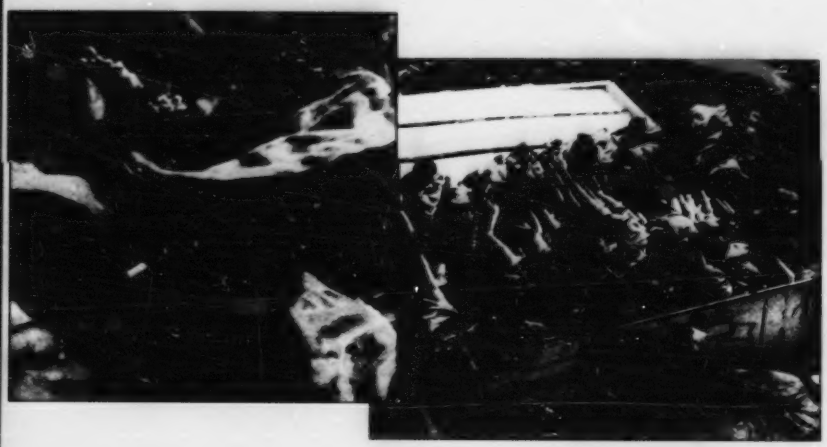
La présente fiche technique a pour but d'aider à clarifier l'identité et la désignation des différentes cultures légumières actuellement produites à l'échelle commerciale en Ontario. On ne connaît pas toujours très bien la superficie consacrée annuellement à ces cultures, mais l'on estime que la superficie totale occupée par la culture de légumes asiatiques en Ontario dépasse les 3000 acres. Dans certaines régions agricoles proches des grands centres, la superficie consacrée à ces cultures augmente d'année en année.

Pour de l'information sur la gestion de ces cultures, consulter la publication 363F du MAAARO, *Recommandations pour les cultures légumières*, qui renferme une section à jour sur la gestion des cultures de spécialité. Une autre publication, *La lutte intégrée dans les cultures de crucifères en Ontario*, publication 701, comprend une section consacrée à la lutte contre les ennemis des légumes asiatiques de la famille des crucifères.

Les légumes asiatiques forment un groupe diversifié qu'on ne peut classer aisément. Bon nombre sont cultivés intensément dans de petits champs, plantés suivant une succession rapide et récoltés quotidiennement pendant toute la saison de croissance (p. ex. navette, pousses de pois mange-tout, brocoli de Chine, amarante, pak-choï à fleurs et feuilles de chrysanthèmes). D'autres ont besoin de presque toute la saison de croissance pour parvenir à maturité et être prêts à être récoltés (p. ex. radis, choux pommés et melons). Certaines des plantes qui ont besoin de chaleur sont cultivées sous minitunnel de plastique ou en serre (p. ex. courge à la cire, melon amer et épinard d'eau). La plupart des cultures sont commercialisées directement en Ontario. Toutefois, il y a de gros producteurs qui exportent certains types de légumes, comme le radis asiatique et le chou de Chine, vers les États-Unis. Comme dans le cas des cultures légumières traditionnelles de l'Ontario, les légumes asiatiques s'utilisent de bien des façons, notamment en salade, bouillis, sautés et marinés. Ils peuvent aussi servir à assaisonner et à aromatiser des plats. Le tableau qui suit présente les légumes asiatiques les plus couramment cultivés en Ontario. On y trouve leur nom latin ainsi que le nom sous lequel ils sont connus, le cas échéant, dans les langues suivantes : chinois cantonais, chinois mandarin, coréen, japonais et vietnamien. On y présente aussi une photo représentative de chaque culture telle qu'on la voit en Ontario. Il faut savoir cependant que, comme pour de nombreuses autres cultures légumières, les cultivars évoluent constamment et les exigences du marché peuvent aussi dicter des changements de goût, de couleur, de texture et de taille. Un mot sur la prononciation en chinois; le mot « cai », qui fait souvent partie des appellations en chinois mandarin, se prononce en fait « tsai » et veut dire « légume ». Le mot « choy » veut dire « légume feuille » en chinois cantonais. « Rau » veut dire « légume » en vietnamien.

Nos producteurs cultivent une foule d'autres végétaux qu'ils destinent au même marché. Toutefois, bon nombre de ces plantes sont déjà connues des consommateurs nord-américains. Elles comprennent la coriandre, l'aubergine, le ginseng, l'ail géant, divers haricots, des poivrons et plusieurs types de melon et de courge.

| | | | |
|---|---|---|---|
| |  | | |
| Français | **Amarante comestible** | **Melon amer** | **Bardane comestible** |
| Latin | *Amaranthus mangostanus*<br>*A. gangeticus* | *Momordica charantia* | *Arctium lappa* |
| Chinois<br>CC - cantonais<br>CM - mandarin | (CC) Hinn choy<br>(CM) Xian cai<br>莧菜 | (CC) Fu gua<br>(CM) Ku gua<br>苦瓜 | (CC) Ngao pong<br>(CM) Niu pang<br>牛蒡 |
| Japonais | Hi yu na<br>ヒユ菜 | Nigauri<br>苦瓜（にがうり） | Gobo<br>ゴボウ |
| Vietnamien | Rau dền đỏ | Mướp đáng, khổ qua | |
| Coréen | Chambirum<br>참비름 | Ssunoi<br>쓴오이 | Uang<br>우엉 |
| Remarques | Servie comme l'épinard en salade ou comme légume cuit.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : punaise terne, champignons, brûlure de la tige et des feuilles, lutte contre les mauvaises herbes. | Utilisé séché comme plante médicinale et frais dans des plats cuisinés et dans des sautés. Graines non comestibles. Peut aussi être mariné.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : chrysomèle du concombre, blanc. | Habituellement cuite en petits morceaux ou marinée. Goût très caractéristique.<br><br>Également utilisée comme plante médicinale. |



## Brocoli de Chine

*Brassica alboglabra*

(CC) Gai lan
(CM) Jie lan

芥蓝

Kailaan

芥藍（かいらん）

Cải rổ

Utilisé dans des sautés et d'autres plats cuisinés.

Parmi les problèmes de production courants : larves de la mouche du chou, altises, mildiou et carences nutritives.

## Ciboulette chinoise

*Allium tuberosum*

(CC) Gow choy
(CM) Jiu cai

韭菜

Nira

ニラ

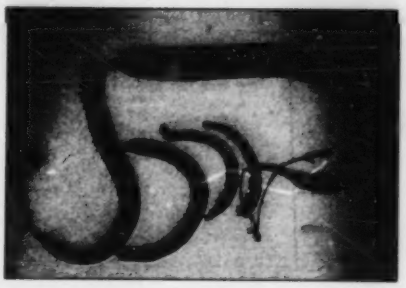
Hẹ

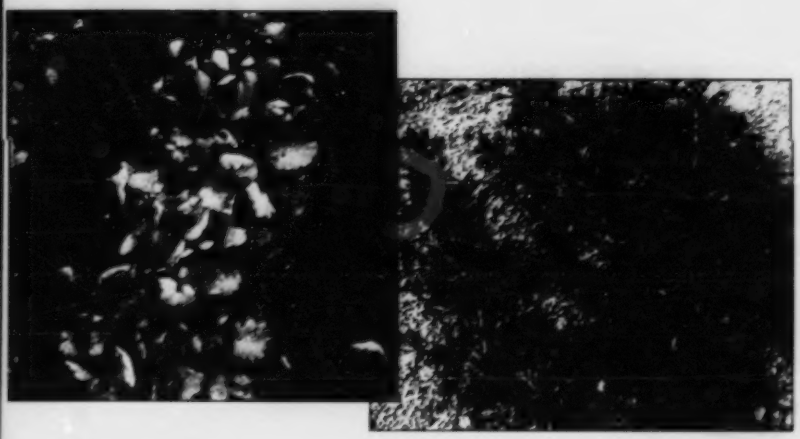
Buchu

부추

Feuilles utilisées comme de la ciboulette ordinaire. Fleurs également comestibles ayant aussi un goût d'ail. Également utilisée comme plante médicinale.

Parmi les problèmes de production courants : larves de la mouche de l'oignon, thrips de l'oignon et mildiou.

| | | | |
|---|---|---|---|
| |  | | |
| Français | **Courge-torchon** | **Moutarde à feuille de chou** | **Potiron chinois** |
| Latin | *Luffa acutangula*<br>*Luffa cylindrica* | *Brassica juncea* var. *involutus*, var. *foliosa* | *Cucurbita moschata*,<br>*Cucurbita maxima* |
| Chinois<br>CC - cantonais<br>CM - mandarin | (CC) Si gua<br>絲瓜 | (CC) Dai gai choy<br>(CM) Da jie cai<br>大芥菜 | (CC) Nam gua<br>(CM) Nan gua<br>南瓜 |
| Japonais | Hechima<br>へちま | Karashina<br>カラシ菜 | Kabocha<br>カボチャ |
| Vietnamien | Mướp khía, mướp hương | Cải xanh | Bí rợ |
| Coréen | | Gat<br>갓 | Ho bak<br>호박 |
| Remarques | Appartient à la famille des cucurbitacées, mais ressemble à l'okra. Comestible quand le fruit est jeune; s'utilise frais comme le zucchini et dans une foule de plats cuisinés et de marinades. Les fruits mûrs peuvent servir d'éponges. | Voir sous moutarde rouge ou verte. | Utilisé de la même façon qu'une courge ordinaire.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : perceur de la courge, chrysomèle du concombre, punaise de la courge et blanc. |



## Feuille de chrysanthème

*Chrysanthemum coronarium*

(CC) Tong ho choy
(CM) Tong hao cai

茼蒿菜

Shungiku

春菊

Tân ô, cải cùi

Ssukgat

쑥갓

Utilisée comme plante médicinale et comme légume cuit combiné à d'autres légumes ou dans des sautés. Les pétales aussi se mangent, trempés dans le saké ou marinés.

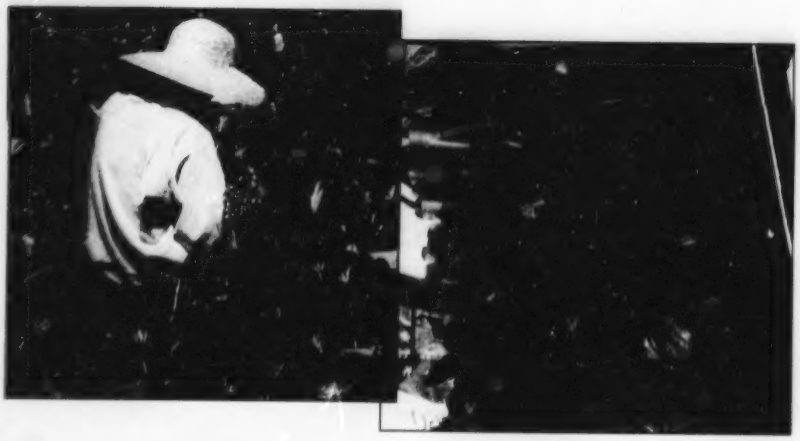
## Pak-choï à fleurs plates

*Brassica campestris*
groupe *Chinensis* var. *utilis*

(CC) Nai yow choy

奶油菜

Pousse en rosettes avec feuilles vertes plissées. Fait penser à un pak-choï à fleurs miniature. S'utilise comme le pak-choï à fleurs et la navette.



| | Navette comestible à fleurs | Pak-choï à fleurs |
|---|---|---|
| Français | | |
| Latin | *Brassica chinensis* var. *oleifera* | *Brassica campestris* groupe *Chinensis* var. *utilis* |
| Chinois CC - cantonais CM - mandarin | (CC) Yow choy<br>(CM) You cai<br>油菜 | (CC) Choy sum<br>(CM) Cai xin<br>菜心 |
| Japonais | Aburana<br>アブラ菜 | |
| Vietnamien | Cải ngọt | Cải ngọt non |
| Coréen | Yuchaeip<br>유채잎 | |
| Remarques | S'utilise de la même façon que le pak-choï à pétioles blancs charnus et le pak-choï à fleurs. Feuilles plus dressées et d'un vert plus lustré que le pak-choï à fleurs. | Fait penser à un pak-choï à pétioles blancs charnus miniature. S'utilise de la même façon et est exposé aux mêmes problèmes que le pak-choï à pétioles blancs charnus. |

## Pak-choï à fleurs de Shanghai

*Brassica campestris*
groupe *Chinensis* var. *utilis*

(CC) Shanghai choy sum

上海菜心

Chingensai

チンゲン菜

Les producteurs donnent l'attribut « de Shanghai » aux versions vert olive du pak-choï à pétioles blancs charnus, du pak-choï à pétioles blancs minces, de la navette ou du pak-choï à fleurs.

## Courge à la cire

*Benincasa hispida* var. *chieh-qua*

(CC) Tsit gua
(CM) Mao gua, Jie gua

節瓜

Tohgan

冬瓜（とうがん）

Bí chanh

Ho bak

호박

Dite « courge à la cire » quand elle est récoltée avant d'être parvenue à maturité; on parle de « melon d'hiver » une fois le fruit à maturité. S'utilise cuite dans les soupes ou marinée.

Soumise aux mêmes problèmes de production courants que les autres cucurbitacées cultivées en Ontario.

## Épinard blanc de Malabar

*Basella alba, B. rubra*

(CC) Lo kwai
(CM) Zi luo kui, Lu luo kui

落葵

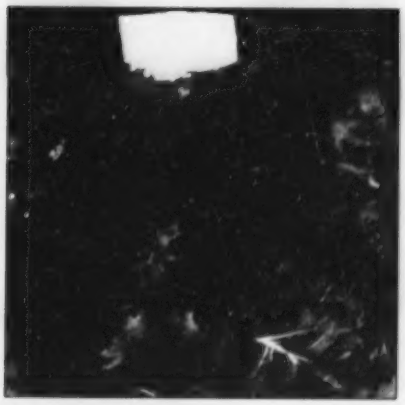
Tsuru-murasaki

ツルムラサキ

Mồng tơi

On le sert frais ou cuit comme l'épinard ordinaire. Il existe des cultivars rouges et verts. Sa qualité mucilagineuse en fait un bon épaississeur dans les soupes et les ragoûts.

La punaise terne fait partie des problèmes de production courants.



| | Français | Latin | Chinois CC - cantonais CM - mandarin | Japonais | Vietnamien | Coréen | Remarques |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Chou de Chine (pé-tsaï)** | *Brassica campestris* groupe *Pekinensis* var. *cephalata* | (CC) Siew choy, won bok<br>(CM) Da bai cai, Huan ya bai | 紹菜, 大白菜 | Hakusai<br>白菜 | Cải bắc thảo, cải dài | Baechu<br>배추 | Deux types : oblong (rappelant la laitue Romaine); et pommé (appelé « Michihli »). Se sert en salade, comme salade de chou, cuit et mariné.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : mouche du chou, altises, hernie, limaces, larve de la teigne des crucifères, tache alternarienne, mildiou, pourriture molle, maladies virales et carences nutritives. |
| | **Moutarde potagère** | *Brassica juncea* var. *japonica* | (CM) Shui cai | 雪菜 | Kyona, Mizuna<br>京菜、ミズナ | | | S'utilise en salade, dans des soupes, cuite à la vapeur, dans des sautés et des marinades.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : altises et mouche du chou. |
| | **Menthe pourpre** | *Perilla frutescens*, *P. crispa* | (CM) Zi su | 紫蘇 | Shiso<br>シソ | Tía tô | Dulketip<br>들깻잎 | Herbe aromatique originale utilisée en salade et dans des plats cuisinés. Les germes s'utilisent pour aromatiser les plats ou comme garniture. |

## Radis chinois

*Raphanus sativum*

(CC) Lo bok
(CM) Luo bu

蘿蔔

Daikon

大根

Củ cải

Moo

무우

Légume de formes, de tailles et de couleurs variées. Habituellement cuit ou mariné (takuan japonais, tsukemono et kimchi coréen), mais s'utilise aussi en salade. Les feuilles aussi sont comestibles et sont utilisées dans les soupes.

Parmi les problèmes de production courants : mouche du chou, altises, maladies virales, pourriture molle et tache alternarienne.

## Moutarde rouge ou verte

*Brassica juncea* var. *rugosa*, var. *crispifolia*

(CC) Gai choy
(CM) Jie cai

芥菜

Karashina

カラシ菜

Cải xanh

Gat

갓

Ce groupe réunit plusieurs cultivars et se prête à une foule d'utilisations – en salade, cuite dans l'eau ou à la vapeur, et dans des sautés. Peut aussi être marinée.

Parmi les problèmes de production courants : altises, mouche du chou, hernie, maladies virales et carences nutritives.

## Pois mange-tout ou pousses de pois mange-tout

*Pisum sativum* var. *macrocarpon*

(CC) Pois : Ho lan dow
Pousses : Dow miu
(CM) Pois : He lan do
Pousses : Dou miao

荷蘭豆
豆苗

Saya endo, tohbyo

サヤエンドウ／豆苗

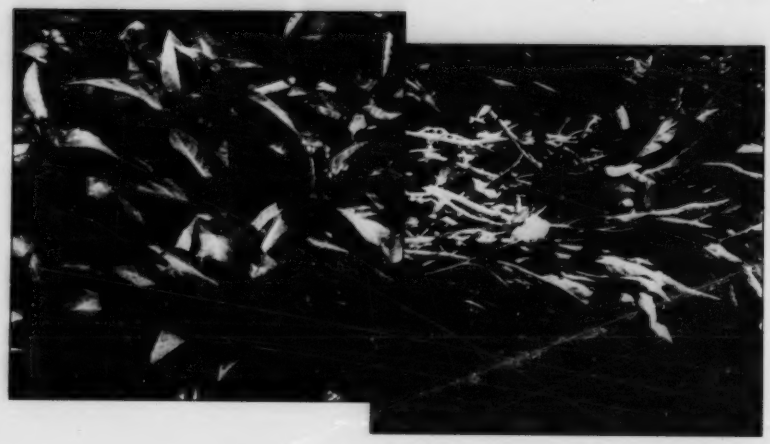
Đậu Hoà- lan

Pois : Wandokong
Pousses : Wandusaan

피-즈: 완두콩
슛-츠: 완두산

S'utilisent dans une variété de plats cuits à la vapeur ou de sautés.

Parmi les problèmes de production courants figurent la lutte contre les mauvaises herbes et la pourriture des racines.



| | | |
|---|---|---|
| Français | **Épinard d'eau** | **Pak-choï à pétioles blancs charnus** |
| Latin | *Ipomoea aquatica* | *Brassica campestris* groupe *Chinensis* var. *communis* |
| Chinois<br>CC - cantonais<br>CM - mandarin | (CC) Tung choy<br>(CM) Kongxin cai<br>通菜, 空心菜 | (CC) Bok choy<br>(CM) Bai cai<br>白菜 |
| Japonais | Kankon, Asagaona, Ensai<br>カンコン、アサガオ菜、エンサイ | Shakushina<br>シャクシ菜 |
| Vietnamien | Rau muống | Cải thìa, cải bẹ trắng |
| Coréen | Kongshimchae<br>콩심채 | Bok choy<br>벅 쵸이 |
| Remarques | Légume feuille à tige creuse utilisé dans des plats cuisinés ou des sautés. Souvent cultivé dans des serres d'été et sous des minitunnels dans le champ.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : punaise terne, sauterelle, thrips, tétranyques, pucerons, brûlure des feuilles d'origine fongique et oedème. | Le plant au complet peut être utilisé dans des sautés, des plats cuits à la vapeur, de soupes et des salades.<br><br>Parmi les problèmes de production courants : altises, pourriture molle, mildiou, tache blanche des feuilles, maladies virales et hernie. |

Vue type d'un champ de navette (au milieu), d'épinard d'eau (à droite, sous abri) et de pak-choï à fleurs de Shanghai (à gauche).

Les types de saison froide (légumes du genre *Brassica*, radis, pois) sont cultivés en Ontario entre la mi-avril et la mi-octobre. Les types de saison chaude (cucurbitacées, épinards d'eau, amarantes) sont cultivés à l'extérieur, de la mi-mai à la mi-septembre.

## Pak-choï à pétioles blancs minces

*Brassica campestris*
groupe *Chinensis* var. *communis*

(CC) Pak choy
(CM) Xiao bai cai

小白菜

Shakushina; Chingensai (si vert)

シャクシ菜

Cải thìa; cải trắng con

Pak choy

파 쵸이

Voir sous pak-choï à pétioles blancs charnus

油菜, 上海菜心, 通菜

**DOCUMENTATION UTILE :**

LARKCOM, Joy. *Oriental Vegetables.* 1991, John Murray Publishers Ltd., London, Royaume-Uni. ISBN 0-7195-5597-3

*Specialty and Minor Crops Handbook.* 1998, Small Farm Center, Univ. of Calif., Davis, Calif., États-Unis. ISBN 1-879906-38-4

*The Market Compendium of Asian Vegetables.* 1995, RIRDC, Kingston, Australie. ISBN 0-642-20504-3

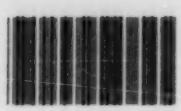
HERRINGTON, Jeri. *Grow your own Chinese vegetables.* 1978, Macmillan Publ. Co., New York, États-Unis. ISBN 0-02-458430-3

CERKAUSKAS, R., L. STOBBS, T. LOWERY, L. VAN DRIEL, W. LIU et J. VANSCHAGEN *Diseases, pests and abiotic problems associated with oriental cruciferous vegetables in southern Ontario in 1993-1994,* 1998, Can. Journal of Plant Pathology.

SHATTUCK, V., B. SHELP. *Production de chou chinois dans le sud de l'Ontario,* 1998. Fiche technique du MAAARO, nº de commande 96-170.

**REMERCIEMENTS :**

Nous remercions particulièrement les personnes suivantes de leur aide et de leur participation à la révision de la présente fiche technique : MM. Ray Cerkauskas, AAC, Harrow, Sam Wang, IRHO, Vineland, et Spencer Chan, producteur, Bradford.

Cette fiche a été rédigée par **Jim Chaput**, spécialiste de la lutte intégrée dans les cultures légumières, Division de l'agriculture et des affaires rurales, MAAARO, Guelph.

**POD**
ISSN 1198-7138
Also available in English
(Order No. 98-033)